

## **Esperienza di psicologo per l'emergenza Abruzzo ed Emilia**

Matteo SIMONE

*Psicologo, Psicoterapeuta*

Le maggiori problematiche e disagi espressi dagli ospiti del campo sono state:

- il continuare a vivere nel campo, in tende con persone con le quali non vi era una relazione o non ci si sentiva rispettati;
- l'insicurezza sul futuro a breve e lungo termine in quanto le scosse continuavano e quindi le persone erano scoraggiate sulla possibilità di rientrare nelle proprie abitazioni danneggiate o sulla possibilità di iniziare i lavori di ristrutturazione o sui tempi di permanenza che si procrastinavano;
- le preoccupazioni per successive scosse più gravi;
- il lavoro/attività persi e quindi scoraggiamento su un eventuale altro lavoro/attività.

Si è cercato di essere delle figure di riferimento per gli ospiti attraverso una presenza costante dai primi momenti della giornata, infatti già durante la colazione si era presenti e si girava tra i tavoli fermandosi dove si veniva chiamati o dove si riteneva poteva essere indicata una nostra presenza.

Abbiamo cercato di renderci visibili e farci conoscere in modo che le persone che ne sentivano la necessità si avvicinavano con i loro tempi e le loro modalità; siamo stati disponibili all'ascolto e questo ha permesso alle persone di fidarsi, affidarsi e cercarci successivamente per chiedere aiuto/consulenza. A fine serata eravamo stanchi, esausti, ma dovevamo compilare il report che riassumeva il nostro operato e ci permetteva anche di supervisionarci a vicenda.

L'operato è stato rivolto principalmente a tutta la popolazione che lo ha richiesto, a tutte le fasce d'età, ma anche ai volontari stessi.

Eravamo soddisfatti della nostra esperienza, del nostro operato, ci eravamo incontrati, confrontati, avevamo operato assieme con modalità differenti ma con un obiettivo chiaro e comune, eravamo lì non per noi ma per gli altri.

### **COSA FA LO PSICOLOGO NELLE EMERGENZE?**

- si documenta;
- è presente;
- incontra l'altro;
- è disponibile all'ascolto;
- si adatta al contesto e al setting;
- utilizza tecniche di mediazione, negoziazione e gestione dei conflitti;
- promuove il lavoro di rete.

In una emergenza, lo psicologo deve valutare il contesto dove andrà ad operare e sapere: cosa trova;

- chi trova;
- con chi opera;
- di cosa ha bisogno;
- quali problemi potrebbe avere.

Arrivato al luogo di intervento lo psicologo può: rendersi visibile;

- farsi conoscere;
- essere “tra”;
- essere “con”;
- essere disponibile.

Incontra l’altro diverso da se stesso L’incontro con l’altro avviene non solo mediante il linguaggio delle parole, ma anche mediante il linguaggio del corpo, dei gesti e del silenzio.

Prima di ogni parola, è il volto e lo sguardo, il modo di salutare e di dare la mano, il linguaggio del corpo insomma, a consentire, o a rendere difficile, una comunicazione e una reciprocità relazionale significativa.

Lo psicologo è disponibile all’ascolto empatico Si parla di empatia come qualcosa che serve a comprendere l’altro, a mettersi nei panni dell’altro, per capire il suo stato, la sua situazione, la sua sofferenza, il suo vissuto.

Lo psicologo si adatta al contesto e al setting Tra lo psicologo e la persona si crea uno spazio protetto, si condivide uno spazio ed un tempo esclusivo, si abita una distanza ottimale per entrambi, per un tempo stabilito o necessario; questo permette alla persona di fidarsi, affidarsi, parlare delle proprie sensazioni, emozioni.

Lo psicologo utilizza tecniche di mediazione, negoziazione e gestione dei conflitti

Nei campi di accoglienza si verificavano conflitti:

- tra gli ospiti;
- tra ospiti e i volontari;
- tra i volontari

Si interveniva:

- ascoltando le parti;
- invitando ciascuna parte a riflettere sulla propria situazione, in quel posto in quel momento;
- proponendo eventuali soluzioni.

Lo psicologo promuove il lavoro di rete, studia il contesto e contatta i vari attori:

- Amministratori locali;
- Professionisti socio-sanitari;
- Associazioni di volontariato, culturali, sportive.

[Matteo SIMONE](#)

Psicologo, Psicoterapeuta

380-4337230 - [21163@tiscali.it](mailto:21163@tiscali.it)

<http://www.psicologiadellosport.net/eventi.htm>